Come l’ageismo può creare solitudine

Ageismo e solitudine sono due fenomeni di cui si percepiscono dimensioni e conseguenze, ma che non sempre vengono posti in correlazione. L’articolo delinea le caratteristiche dell’ageismo – che si esprime a livello micro, meso e macro con effetti nella vita individuale e collettiva – e ne evidenzia il ruolo rispetto all’aumento di solitudine in età anziana. Le evidenze scientifiche sulle conseguenze, a vari livelli, della solitudine dovrebbero spingere anche una società disattenta a riflessioni e azioni più gentili.

Di Marco Trabucchi *(direttore scientifico del Gruppo di Ricerca Geriatrica di Brescia)*

Potrebbe sembrare intuitivamente ovvio che atti di egoismo sociale provochino solitudine; è necessario però rendere palese la correlazione tra i due fenomeni e quindi le reciproche influenze. Infatti, i cittadini non percepiscono molte realtà con la dovuta chiarezza e quindi non sono preparati a “scelte di resistenza”.

Due fenomeni diffusi e devastanti

Oggi assistiamo su larghissima scala a fenomeni di chiusura rispetto alle esigenze dei cittadini, in particolare quelli fragili, come avviene per l’**ageismo**. E contemporaneamente assistiamo all’aumento sempre più vistoso, sul piano quantitativo e doloroso, della **solitudine**. Due fenomeni devastanti, purtroppo diffusi, ai quali è necessario opporsi con determinazione. Ad esempio, la posizione MAGA *(Make America Great Again)* e gli atteggiamenti concreti dell’amministrazione Trump contro il finanziamento dei servizi per le persone anziane[1] stanno diffondendo negli USA situazioni sempre più gravi di solitudine. Da una parte individui fortemente ideologizzati, privi di umanità, violenti, che predicano l’egoismo sociale; dall’altra larghe fasce di popolazione di tutte le età, in particolare le più anziane, che – smarrite – cercano faticosamente di ritrovare luoghi di condivisione per la loro fatica di vivere. L’atteggiamento americano anticipa un destino senza speranza per la vita degli anziani anche nelle nostre comunità?

Alcune caratteristiche dell’ageismo

L’ageismo è una delle declinazioni attualmente più diffuse di egoismo sociale; pericoloso perché si ammanta di logica, di equilibrio, di sguardo al futuro, quando è invece caratterizzato da un materialismo che non crede nel valore della persona se non quello economico, dall’incapacità di guardare avanti e di ipotizzare un futuro dove gli squilibri trovano compensi perché la collettività ha deciso di non rinunciare al proprio ruolo. Sono possibili **alcune spiegazioni psicologiche dell’ageismo**? Qualcuno potrebbe pensare a una **reazione egoistica, perché gli “altri”, i vecchi quantitativamente in crescita, potrebbero diventare concorrenti nella distribuzione dei vantaggi sociali, ai vari livelli**. Altra motivazione potrebbe riguardare la **scelta, più o meno conscia, di non dedicare attenzione a chi vivendo nel bisogno ricorda il possibile futuro degli anziani**. Quante volte abbiamo sentito dichiarazioni di questo tipo: “io non sarò mai di peso; voglio fare tutto da solo, per poi eventualmente rinunciare in qualsiasi circostanza della vita al supporto degli altri, se io non ci ho pensato prima”? Una sorta di liberismo gerontologico… Se questa è una motivazione di rilievo per giustificare l’ageismo, è ben poca cosa in senso assoluto, anche se le paure hanno spesso mosso la storia. La paura è peraltro figlia del riconoscimento implicito di quanto poco riusciamo a modificare la realtà a favore delle persone anziane. Potremmo invece pensare che un successo nella gestione del sistema pensionistico e del welfare in senso ampio, nonché dell’organizzazione delle nostre convivenze nelle città, porterà a una riduzione dell’atteggiamento ageista? Ma **la politica, di ogni colore, oggi non ha la forza per rappresentare un’alternativa di giustizia di fronte a posizioni di egoismo sociale**; avrà la forza

morale per riaffermare il diritto, allo stesso tempo però trovando i modi per ribattere le affermazioni che sostengono le scelte ageiste? **L'ageismo rappresenta il rifiuto concreto della spiritualità come componente della complessità dell'umano; tutto è ridotto a costi, risparmi, tagli, per cui la speranza, la relazione, la donazione gratuita, la fiducia condivisa in una possibilità di vita futura scompaiono dallo scenario** che caratterizzerebbe una comunità coesa. Una società ageista è piatta, cancella ogni speranza; in particolare non riconosce che la natura umana è costruita su un modello di complessità, nel quale interagiscono con logiche non prevedibili fattori diversi, appartenenti alla sfera fisica (somatica), psicologica (la ricchezza del pensiero in tutta la sua enorme gamma), sociale, culturale, economica. **L'ageismo che rifiuta di leggere la complessità di fatto disconosce la ricchezza dell'umanità e quindi propone risposte per definizione irrealistiche e dannose**. **L'ageismo impedisce di realizzare alcune scelte che sono fondamentali per il benessere delle persone anziane**. L'elenco sarebbe senza fine e riguarderebbe i diversi aspetti della vita dell'anziano, sia in buona salute, sia in condizioni di debolezza; si pensi all'ageismo verso le persone con demenza. **La società ageista è una società chiusa, che si rifiuta di riconoscere la stessa malattia, perché il riconoscimento implicherebbe investimenti di rilievo; è una società che non vuole spendere per l'organizzazione di servizi specifici e per l'introduzione di innovazioni diagnostico-terapeutiche**[2]. Molte altre sono le condizioni conseguenti a una visione ageistica collettiva, che impedisce ai nostri concittadini di ricevere trattamenti adeguati, indipendentemente dalla loro condizione di malattia. **L'atteggiamento ageista è la conseguenza di una mente poco gentile, quando si esprime a livello individuale, ma soprattutto di una mentalità collettiva che non dedica attenzione alla specificità del bisogno, e tratta i concittadini con rigidità, imponendo scelte senza attenzione alle modalità più opportune e gentili per strutturare la vita collettiva**. Una collettività ageista è segnata da atteggiamenti spiacevoli verso l'anziano, che si esprimono nelle piccole cose di tutti i giorni (il vecchio maltrattato, non aiutato nelle vie della città, non ascoltato con pazienza per capire le sue attese e le sue speranze), ma anche, ad esempio, nell'organizzazione dei servizi, in cui non si vede traccia di gentilezza nei rapporti con i cittadini, specie i più fragili, i quali – anche a causa della loro stessa fragilità psicologica – avrebbero bisogno di particolari attenzioni. **Ma come può essere gentile d'animo e nella prassi chi non crede nel dovere di rispettare la vita di tutti i concittadini, indipendentemente dall'età?** Si pensi al dovere di gentilezza che tutti dobbiamo avere verso i caregiver che dedicano la loro giornata, tra mille fatiche fisiche e problematiche psicologiche, alla cura di loro cari non più autosufficienti. La società ageista non riconosce questo impegno e non organizza supporti adeguati. In queste circostanze, talvolta, si può intravvedere anche un atteggiamento eutanasico, benché formalmente negato o mascherato da altre motivazioni; d'altra parte, perché tanto sacrificio individuale e collettivo per mantenere in vita una persona che non è più destinata a una ripresa della propria presenza sociale? **L'ageismo deriva dal pessimismo, sentimento che domina in società che non credono in se stesse e quindi nella capacità di affrontare e superare i problemi che le trasformazioni sociali continuano a proporre**. La società ageista vede nero nel proprio futuro, dominato dalla rivoluzione demografica, da tensioni che si esprimono in un mondo che non sa nemmeno sfruttare le proprie ricchezze, dal potere incontrastato delle nuove tecnologie. Inoltre, l'intelligenza artificiale sarà in grado di immettere nel proprio ragionamento anche il rispetto dei valori dell'umano, e non solo di quelli legati alla produttività e agli equilibri dei bilanci personali e collettivi? Il pessimismo che induce all'ageismo è provocato da un sentire più o meno conscio che la strada delle società future sarà dominata da scelte che indurranno sofferenze, realtà non ritenuta di peso se confrontata con i supposti vantaggi economici derivanti dal risparmio di denaro e di ogni altro impegno a favore dell'anziano. **L'ageismo è irrazionale**, perché riducendo gli spazi vitali delle persone anziane fa gravare sulla collettività il peso di un gran numero di cittadini abbandonati, che nella loro condizione di sofferenza, senza supporti, costituiscono un peso che diviene progressivamente maggiore, a meno che le comunità decidano di abbandonarli al loro destino e quindi a una vita breve (la creazione di "scarti" come modello di vita collettiva). Ma la razionalità non appartiene alla società egoista; lo spazio della razionalità è completamente occupato dal potere del denaro e dalla miopia che ne consegue, non in grado di riconoscere la realtà nella sua complessità e nelle sue nuances, quelle che costituiscono il sale della vita. **L'ageismo cancella la civiltà**. Ridurre al margine il ruolo degli anziani annulla la possibilità di fruire della loro esperienza, della continuità tra le generazioni, della trasmissione dei saperi; di fatto si rinuncia a continuare a costruire una civiltà che nel tempo progressivamente migliori la qualità della vita dei cittadini. **L'ageismo cancella l'umanità**. Come si vivrà in un mondo futuro di poveri vecchi, senza protezione, senza affetti, senza speranza? Anche chi è forte e ricco se ne accorgerebbe, se costretto a vivere in un mondo arido, privo di relazioni, dove nessuno si spende per difendere l'umanità

dell'altro. Non solo i più fragili saranno danneggiati, perché un mondo dominato dalle dinamiche di interesse non lascia per nessuno il più piccolo spazio alla sofferenza, rifiutando il modello di comunità che diventa più umana attraverso la vicinanza a chi soffre. **L'ageismo cancella la cultura**. All'umano non viene lasciato spazio perché il pensiero sarà completamente delegato alle macchine, incaricate di costruire il futuro sfruttando le proprie conoscenze passate e ottimizzando, con una visione a canocchiale, la costruzione del futuro. **L'ageismo non crede nella ricerca scientifica nei vari ambiti gerontologici e geriatrici**, perché le possibilità di migliorare la vita dei concittadini non interessano. Talvolta, al contrario, cavalca ipotesi senza fondamento, formulate solo per interessi economici. La ricerca è una forma di "speranza sociale" che abbiamo il dovere di alimentare. Infine, **l'ageismo cancella il futuro**. La vita è qui e ora e questo deve bastare a chi è vecchio. Guai se questi progetta per sè un futuro, Non ha diritto di sottrarre energie al resto della società; rischia solo di peggiorare la qualità della sua vita, dominata da attese irrealizzabili e quindi da un'ansia che devasta gli ultimi anni. Però **l'impegno contro l'ageismo si pone proprio come scelta individuale e di gruppo a non privarsi del futuro**.

L'ageismo genera solitudine

Come indicato nelle righe precedenti, i danni individuali e sociali indotti dall'ageismo ricoprono un'ampia gamma di situazioni. In particolare, **la crisi che l'ageismo provoca nella vita delle persone anziane induce una risposta del singolo individuo e della collettività, che porta a un aumento dell'isolamento sociale**. L'anziano che si sente discriminato e abbandonato dalla collettività nella maggior parte dei casi non ha la forza di reagire e accetta passivamente la sua condizione; la trascuratezza sociale provoca una risposta che nell'anziano non è mai di ribellione alla condizione in cui è costretto a vivere, ma determina la **tendenza ad accentuare la separatezza rispetto alla comunità**. È stato **coniato il termine di "autoageismo" per esprimere l'atteggiamento di chi accetta la propria condizione di individuo privato della propria libertà e dei propri diritti**. La solitudine talvolta è vissuta con rassegnazione, talaltra come un rabbioso rifiuto dei contatti con gli altri. Ma può essere indotta anche dal comportamento delle persone di altra età, che non scelgono di combattere l'atteggiamento diffuso e accettano che l'anziano sia mantenuto nella sua solitudine. A sua volta, **questo atteggiamento si aggrava nel tempo, per cui la solitudine diventa sempre più profonda e i danni che provoca sempre più gravi**. Di fatto si crea una situazione per cui la persona rinuncia ai suoi diritti, alle sue relazioni, con una reazione depressiva, che talvolta determina anche una riduzione delle funzioni cognitive. L'anziano in queste condizioni rischia di ammalarsi e di perdere qualsiasi forza fisica e psicologica per difendere la sua vita. Riceve senza reagire cure inadeguate alla sua condizione clinica, con la possibilità concreta di un peggioramento della condizione di salute, che a sua volta provoca la perdita di relazioni e legami. **L'insieme di ageismo-solitudine-compromissione della salute porta gravissimi danni al singolo cittadino e alla collettività**: le comunità devono avere la sensibilità per riconoscere queste dinamiche, per porvi – ove possibile – i doverosi rimedi. In conclusione **esprimo la speranza in un futuro in cui il vecchio sentirà di essere collocato in un mondo di rispetto e di valutazione positiva per la sua struttura psicofisica e per il suo ruolo sociale**. È un impegno che deve essere accompagnato da studi seri, perché è arduo andare contro una corrente di pensiero che ottiene facile consenso in un momento di difficoltà per i valori umani in discussione e, in generale, di crisi nei rapporti tra le persone. Si potrebbe anche affermare che la *cancel culture* applicata alla nostra realtà è una concausa dell'ageismo, perché induce a pensare che nulla vale del passato. Invece è necessario apprenderne la lezione, per dare valore a quanto fatto dalle popolazioni nel passato e dal singolo anziano. La *cancel culture* è l'ultima, decadente espressione del convincimento che la storia dei singoli e delle comunità non è un fondamento per il futuro, creando così incomprensioni e crisi. **Un aspetto non marginale dell'impegno contro l'ageismo riguarda il valore delle comunità nella vita degli anziani**. La tendenza demografica contemporanea aumenta il numero degli anziani soli, e quindi dolorosamente dominati dalla rinuncia rispetto al proprio futuro. Questi nostri concittadini sono i candidati più adatti a essere vittime di una logica ageista, fondata sulla considerazione dell'inutilità di intervenire a favore di chi non riesce a tenere il passo della maggioranza. Entrano quindi in un circolo vizioso: **la solitudine impedisce loro ogni progettualità e la cultura sociale diffusa rinforza questa condizione: come potranno uscirne, se non con un impegno da parte di chi ritiene che non sono anime perdute, ma concittadini che si devono accompagnare, garantendo loro il massimo della libertà?** Ma chi è l'attore potenziale di questi tentativi di ritorno alla normalità, cioè il tempo della libertà e della dignità? Lo è il cittadino che

non vuole vivere in luoghi dove solo alcuni sono liberi, mentre i vecchi restano schiacciati dalla mancanza di rispetto e dal rifiuto di prestare loro attenzione e supporto. Potrà la nostra pigrizia impedire di costruire porti sicuri per chi ci ha preceduto? Mi sembra opportuno concludere con quanto scritto dallo studioso Roberto Pili, coordinatore del progetto della Comunità Ogliastrina per studiare i centenari. Alla domanda “Come può la forte motivazione, la spinta etica condizionare la durata della vita?” ha risposto: “Gli impulsi a perseguire valori positivi generano una positiva autopercezione, rafforzando la volontà di continuare a fare il bene. **L’esistenza votata al bene e alla cura degli altri e di se stessi dà senso a una vita di scopo e fortifica la volontà di vivere. Questo racconta la vita dei nostri longevi**”. Si potrebbe commentare a conclusione che le comunità ageiste, che tolgono agli anziani il senso della loro vita, sono comunità assassine!